

## 家庭照顧者支援計劃社區服務：2025-2026 年

請與您的個案經理聯絡，以進一步瞭解任何活動或進行註冊。

---

### 訓練

**照顧者實用工具：**以實證為基礎的照顧者訓練，以協助減輕壓力。（6 週課程）

**針對負責照顧老年人或任何失智症或阿茲海默症患者的照顧者。**

日期與時間：8 月 5 日至 9 月 9 日，上午 10:30 至中午 12:00，

地點：網路課程

聯絡資訊 [Family.caregiver@multco.us](mailto:Family.caregiver@multco.us)

**針對負責照顧兒童的老年人**

日期與時間：9 月 3 日至 9 月 9 日，上午 10:30 至中午 12:00，

地點：Brentwood-Darlington 社區中心

7211 SE 62nd Ave, Portland, OR 97206

聯絡資訊：[Kincare@impactnw.org](mailto:Kincare@impactnw.org) 或者致電或傳送簡訊

(971) 354-6562

**STAR 照顧者：**以實證為基礎的一對一訓練，特別針對與阿茲海默症或失智症有關的行為問題。這些訓練的目標是要教導照顧者如何減輕受照顧者所表現出的棘手行為。

**SAVVY 照顧者：**此訓練計劃旨在讓家庭照顧者擁有必要的知識、技能和支援，以照顧阿茲海默症或失智症患者。這是一項有組織的計劃，旨在協助照顧者瞭解失智症、制定自我護理策略，並瞭解如何為至親營造一種「安心投入的參與感」。

---

### 支援團體

**阿茲海默症或失智症患者的照顧者：**地點：網路課程

日期／時間：每個月的第二個星期三會面。下午 1 點至 2 點。

**需要扶養兒童的老年人（55 歲以上）**

地點：網路課程

日期／時間：每個月的第二個星期二會面。下午 1 點至 2 點。

## 黑人家庭照顧者支援團體：

地點：網路課程

日期／時間：每個月的第二個星期四會面。下午 1 點至 2 點。

---

## 活動

**記憶咖啡館：**此團體主要為失智症、阿茲海默症或記憶力減退的患者及其家人提供服務，透過互相交流及享受互動式的音樂環境來提供支持。

無需事先預約，歡迎為阿茲海默症、失智症或記憶力減退的患者提供支援的所有照顧者參加。

\*如果您本身是記憶力衰退、阿茲海默症或失智症患者，請務必與您的照顧者一起前來。

### 好萊塢記憶咖啡館：

地點：Community for Positive Aging- 1820 NE 40th Ave, Portland, OR, 97212

日期／時間：每個月的第 4 個星期四，上午 11:00 至中午 12:30

### Cully 記憶咖啡館：

地點：Providence Elderplace 5119 NE 57th Ave, Portland, OR, 97218

日期／時間：每個月的第 3 個星期三，下午 1:00 至 2:30

---

## 代替父母的親屬照顧者計劃 (RAPP) 資源：

**Oregon Kinship Navigator：**一項全州性的資源與轉介服務，適用於負責扶養孫子女的祖父母或外祖父母及其他親屬照顧者

網站：[oregonkinshipnavigator.org](http://oregonkinshipnavigator.org)

電子郵件：[info@oregonkinshipnavigator.org](mailto:info@oregonkinshipnavigator.org)

電話：833-201-5557

**SUN 社區學校：**提供課後輔導計劃；轉介健康與心理健康服務；成人教育與休閒娛樂；食物銀行；優質教學；興趣與才能培養與課外活動；協助解決食物、住所和能源帳單問題；舉辦父母與家庭活動和聚會。

\*開放給所有年齡的人參加，但特別關注當地鄰近學校的學生。

\*SUN 服務可透過任何學校取得。

網站：[multco.us/programs/sun-community-schools](http://multco.us/programs/sun-community-schools)

**Impact Kincare：**為居住在 Multnomah、Clackamas 及 Washington 縣及華盛頓州 Vancouver 且年滿 55 歲及 55 歲以上，同時負責照顧親屬子女的成人提供支援，不論其是否具有 ODHS 資格；服務內容包括教育課程、支援團體、社區資源連結等。

電子郵件：[kincare@impactnw.org](mailto:kincare@impactnw.org)

電話：971-354-6562（電話或簡訊）